

ГРЕДЮШКО ОЛЬГА ПАВЛОВНА

**СОЦИАЛЬНО - ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ
ТРЕВОЖНОСТИ СТУДЕНТОВ ССУЗ
ПЕДАГОГИЧЕСКОГО ПРОФИЛЯ**

Специальность 19.00.05 — социальная психология

АВТОРЕФЕРАТ
диссертации на соискание ученой степени
кандидата психологических наук

Работа выполнена в лаборатории психологии Института среднего профессионального образования Российской академии образования

Научный руководитель: кандидат психологических наук,
доцент *Газеев Анир Абдуллович*

Официальные оппоненты: доктор философских наук, профессор
Фатхуллин Нариман Садреевич,
кандидат психологических наук, доцент
Уразаева Гульнора Ильхамовна

Ведущая организация: Самарский государственный педагогический университет

Защита состоится «17 февраля» 2004 г. в « 10 » часов на заседании диссертационного совета Д 008.012. 01 по присуждению ученой степени доктора педагогических наук и доктора психологических наук в Институте среднего профессионального образования Российской академии образования.

Адрес: 420063, г. Казань, ул. Исаева, д. 12.

С диссертацией можно ознакомиться в читальном зале библиотеки Института среднего профессионального образования

Автореферат разослан «17 января» 2004г.

Ученый секретарь
диссертационного совета,
доктор педагогических наук,
профессор



Т.М.Трегубова

ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

Актуальность. Современные образовательные системы и педагогическая практика в средних специальных учебных заведениях параллельно с решением проблем профессионального становления молодого человека требуют глубокой разработки основных проблем человекознания, учета личностных особенностей студентов. Множество работ в отечественной и зарубежной психологии посвящено новообразованиям студенческого возраста, но в подобных работах тревожность не выделяется специально в качестве предмета исследования. Трудности обучения в средних профессиональных учебных заведениях сочетаются с трудностями общественной жизни, на это любой человек реагирует переживаниями страха, тревоги, беспомощности, тоски, отчаяния.

Интерес к проблеме тревожности нашел отражение в работах как отечественных психологов (В.М.Астапов, Б.А.Вяткин, А.И.Захаров, Н.В.Имедадзе, В.Р.Кисловская, Н.Д.Левитов, Б.И.Кочубей, Е.Н.Новикова, А.Е.Ольшанникова, Е.А.Орлова, А.М.Прихожан, Ю.Л.Ханин и другие), так и зарубежных (Б.Боулби, К.Е.Изард, Р.Кэттелл, У.Морган, П.Поппер, Ч.Спилбергер, Д.Тейлор, З.Фрейд, К.Хорни и другие). А.М.Прихожан отмечает, что тревога и тревожность обнаруживают связь с историческим периодом жизни общества, что отражается в содержании страхов, характере «возрастных пиков» тревоги, частоте, распространенности и интенсивности переживания тревоги, значительном росте количества тревожных детей и подростков в нашей стране в последнее десятилетие. Этим объясняется обращение ученых вновь к проблемам тревожности на современном этапе.

Высокий уровень тревожности является деструктивной личностной чертой и неблагоприятно сказывается на жизнедеятельности человека, снижает уровень умственной работоспособности, вызывает неуверенность в своих силах, является условием формирования отрицательного статуса личности и конфликтных отношений, создает предпосылки для агрессивного поведения (Н.Д.Левитов, Г.Ш.Габдреева, Э.А.Голубева, Н.В.Имедадзе, А.М.Прихожан, И.В.Пацявичус, Ю.Л.Ханин, Ч.Спилбергер, Д.Тейлор и другие). Частое и продолжительное переживание тревоги как неравновесного состояния формирует личностное свойство - тревожность (Н.Д.Левитов, А.О.Прохоров, Г.Ш.Габдреева). Люди, имеющие высокую тревожность, относятся к «группе риска» по неврозам и психосоматическим заболеваниям (Н.В.Жутикова, А.И.Захаров, В.В.Лебединский, В.С.Спиваковская и другие). Тревожность может побуждать к активности, а может быть изнуряющей, выматывающей, в силу чего появляется ощущение беспомощности, неуверенности в себе, бессилие перед внешними факторами. Решение проблемы оптимизации тревожности относится к числу актуальных задач психологии, так как от своевременного распознания состояния тревожности зависит решение ряда важных практических задач.

Изучение тревожности в студенческие годы находит свое отражение в работах Б.Г.Ананьева, А.А.Бодалева, Г.Ш.Габдреевой, Н.М.Пейсахова, Н.В.Вязовец, М.А.Ивановой, М.П.Мороз, М.-И.Педаяс, В.П.Трусова и др. К сожалению, большинство работ раскрывают тревожность студентов вузов, хотя изучение тревожности студентов средних профессиональных учебных заведений не менее важно. В ССУЗ поступают 15-летние подростки, и, обучаясь в ССУЗ, они проходят завершающий этап подросткового возраста и входят в юношеский возраст. Период, переходный от подросткового к юношескому возрасту, является чрезвычайно сложным и важным в плане формирования личности, так как

в это время происходит переоценка ценностей, формируется мировоззрение, возникает стремление к самостоятельной жизни. В старшем подростковом и раннем юношеском возрасте переживания становятся все более разлитыми, смутными, двойственными, неопределенными. В эмоциональной сфере подростков ярко проявляется выраженность отрицательных эмоций и ряд особенностей, свойственных феномену тревожности.

Как показывает анализ научно-психологической литературы, при достаточно высокой степени изученности проблемы тревожности в подростковом и юношеском возрасте, не все стороны исследованы полностью. Недостаточно изучены, прежде всего, вопросы, связанные с формированием тревожности во взаимодействии социально-психологических условий и личностных особенностей человека в процессе реализации им значимых видов деятельности. Для студентов - это учебная деятельность и профессиональное становление. Все вышеизложенное ставит перед нами следующую **проблему**: какие социально-психологические (деятельностные и личностные) факторы обуславливают тревожность студентов средних профессиональных учебных заведений педагогического профиля?

Цель исследования: определить факторы формирования тревожности в учебно-педагогической деятельности, выявить взаимосвязь личностной и ситуативной тревожности с социально-психологическими характеристиками личности студентов педагогических учебных заведений среднего звена.

Объектом исследования стали студенты средних профессиональных педагогических учебных заведений.

Предметом исследования являются факторы формирования тревожности в учебно-практической деятельности, взаимосвязь тревожности и социально-психологических характеристик личности студентов.

Гипотеза основана на двух предположениях: а) студенты педагогических ССУЗ имеют более высокий уровень тревожности в сравнении с учащимися других учебных заведений, что обусловлено сложившимися особенностями процесса профессионального становления личности в учебных заведениях данного профиля (традиционно высокие педагогические требования и контроль, специфика практической деятельности студентов и др.); б) к факторам, способствующим возникновению тревожности наряду с социально-психологическими характеристиками личности студентов (параметрами самооценки, самокритики, потребностями в достижениях и в общении, коммуникативными и организаторскими свойствами, статусным положением учащихся в группе) можно отнести процесс адаптации студентов к новым условиям обучения в ССУЗ и их профессиональное становление.

В исследовании решались следующие **задачи**:

1. Провести теоретический анализ научной литературы по исследуемой проблеме.
2. Определить особенности проявления тревоги как одного из негативных состояний и выявить факторы формирования тревоги у студентов средних педагогических учебных заведений в выполнении учебно-практической деятельности.
3. Определить особенности проявления ситуативной и личностной тревожности в зависимости от образовательной системы (тип учебного заведения), выявить возрастную динамику личностной и ситуативной тревожности студентов педагогических учебных заведений среднего звена.
4. Изучить взаимосвязь тревожности: а) с социальными потребностями (потребностью в достижении, потребностью в общении); б) с самооценкой и само-

критикой; в) с коммуникативными и организаторскими качествами личности; г) со статусным положением студентов в группе.

Методологическую основу исследования составили:

- принципы психологической науки: принцип детерминизма, системности, принцип комплексного подхода к рассматриваемым явлениям (Л.С.Выготский, С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, В.А.Ганзен, Б.Ф.Ломов, В.С.Мерлин и другие);
- теории эмоций и психических состояний, изложенные в трудах Н.Д.Левитова, Л.М.Аболина, Б.А.Вяткина, В.А.Ганзена, А.О.Прохорова, Ю.Е.Сосновиковой, а также концептуальные идеи, связанные с изучением тревожности, освещенные в работах В.М.Астапова, Г.Ш.Габдреевой, А.М.Прихожан, Ю.Л.Ханина, Дж.Тейлор, Ч.Д.Спилбергер;
- социально-психологический подход к изучению психических состояний личности, рассматривающий их в контексте включенности в общественно значимую совместную деятельность в рамках реальных групп (Г.М.Андреева, Н.Д.Левитов, Б.Ф.Ломов, Б.Д.Парыгин, Р.Х.Шакуров, Е.В.Шорохова);
- концепция единства личностного и профессионального развития, определяемого активностью и потребностью в самореализации в условиях 'новой социально-экономической, социокультурной реальности; этот подход разрабатывается в работах Л.М.Митиной, Г.В.Мухаметзяновой, Л.А.Воловича, П.Н.Осипова.

В исследовании использовались следующие **методы**:

а) общенаучные методы теоретического анализа (обобщение, абстрагирование, систематизация и др.);

б) специальные психологические методы сбора информации: наблюдение, анкетирование, тестовые опросы («Шкала реактивной и личностной тревожности» Ч.Спилбергера в модификации Ю.Л.Ханина; методика «Беспокойство - тревожность» (автор Дж.Тейлор, модификация Н.М.Пейсахова); опросник Б.А.Федоришина «Коммуникативные и организаторские склонности»; методики «Потребность в достижениях» и «Потребность в общении», разработанные в МГПИ и модифицированные Н.М.Пейсаховым; шкала измерения самооценки С.А.Будасси; социометрия; авторская анкетная методика);

в) методы статистической обработки эмпирической информации (вычисление средних арифметических, мер рассеивания и связи переменных, статистической достоверности коэффициентов и различий между индексами).

Надежность и достоверность результатов обеспечивалась соблюдением методологических и методических принципов проведения эмпирического исследования, выбором методов и методик, адекватных целям и задачам исследования, валидностью и надежностью психодиагностического инструментария, обоснованным применением аппарата математической статистики. Обработка данных включала общепринятые статистические приемы: расчет средних величин, дисперсии, определение уровня значимости между средними величинами, ранговую корреляцию.

Научная новизна.

1. Впервые изучены факторы, способствующие появлению тревожности в процессе профессиональной подготовки студентов ССУЗ педагогического профиля.

2. Выявлена динамика тревожности в процессе профессионального становления студентов педагогических ССУЗ и показана ее специфика в сравнении с другими группами учащейся молодежи.

Теоретическая значимость исследования состоит в том, что его результаты вносят вклад в комплексное изучение внутренних и внешних (социальных, деятельностных) факторов, обуславливающих динамику психических состояний личности; в дальнейшую научную разработку проблем взаимодействия личности и группы в условиях совместной социально значимой деятельности (учебная деятельность, профессиональное становление).

Практическая значимость. Результаты исследования имеют значение для разработки программ, направленных на совершенствование процесса профессиональной подготовки будущих педагогов с точки зрения создания организационных условий, способствующих регуляции тревожности студентов. Полученные результаты позволяют определить конкретные условия оптимизации тревожности в реальных учебных группах; выработать практические рекомендации для педагогов; разработать комплексные программы социально-психологического тренинга для студентов. Данные могут быть использованы в лекционных курсах по общей, социальной, возрастной и педагогической психологии.

Экспериментальной базой исследования явился факультет среднего профессионального образования Татарского государственного гуманитарного института (ТГГИ ФСПО). Исследование проводилось при участии студентов 1-4 курсов школьного отделения Арского педагогического колледжа (АПК), студентов 1 курса технических вузов г. Казани, учащихся 10-11 классов школ г. Казани. Всего в исследовании приняли участие 509 человек.

Организация исследования. Исследование проводилось в 3 этапа:

1 этап - ориентировочно-поисковый: изучалась и анализировалась научная литература, определялась методологическая концепция, разрабатывались теоретические положения.

2 этап - экспериментальный: уточнялся аппарат исследования, накапливался конкретный материал экспериментального исследования.

3 этап - обобщающий: статистическая обработка данных с применением методов математической статистики, оформление результатов исследования, проверка выводов и гипотезы.

Апробация работы. Результаты исследования обсуждались на заседаниях лаборатории социальной психологии ИСПО РАО 1994-2003г.; на научно-практических конференциях ТГГИ 1997-2004г.; на Всероссийской научно-практической конференции «Гуманистическая парадигма профессионального образования: реалии и перспективы» (г. Казань, 1998г.); на VII Всероссийской научно-практической конференции «Проблемы мониторинга качества образования» (г. Казань, 1999г.); на научно-практической конференции «ССУЗ в системе непрерывного профессионального образования: проблемы и перспективы развития» (Казань, 2000г.); на Международной научно-практической конференции «Социальная трансформация и актуальные проблемы современного образования» (Казань, 2002г.).

На защиту выносятся следующие положения:

1. Тревожность является распространенным явлением в учебной деятельности. В педагогических учебных заведениях среднего звена она обусловлена следующими социально-психологическими факторами: стиль общения преподавателей со студентами, социальный контроль и оценка педагогической деятельности, процесс преодоления кризиса на стадии профессионального становления и адаптация к условиям обучения. Все факторы имеют разный удельный вес в различных видах учебной деятельности.

2. Факторами возникновения тревожности могут стать социально-психологические личностные качества, такие, как коммуникативная сфера, социальные потребности человека; самооценка и самокритика, а также то большое значение, которое приобретают ситуации учебно-практической деятельности для студентов (личностный смысл). Снижение показателей тревожности у студентов педагогических ССУЗ в процессе профессионального становления (с 1-ого по 4-ый курс обучения) связано с адаптацией студентов к условиям обучения и с выполнением практической деятельности.

Структура диссертации. Диссертация состоит из введения, двух глав, заключения, библиографии (173 источника, в том числе 13 на иностранном языке), приложений и содержит 161 страниц текста, 9 таблиц, 11 рисунков).

ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во Введении обосновывается актуальность избранной темы, формулируется цель, объект и предмет исследования, намечается гипотеза, задачи, методологические и методические средства их решения; раскрыты научная новизна, теоретическая и практическая значимость работы, излагаются положения, выносимые на защиту.

В первой главе «Постановка проблемы тревожности в психологии» выполнен теоретический анализ зарубежной и отечественной литературы по проблеме тревожности. В первом параграфе раскрываются основные подходы к проблеме тревожности в отечественной и зарубежной науке, показывается, что в настоящее время термин «тревожность» выступает в двух основных значениях - психическое состояние (тревога) и свойство личности (тревожность). В первом случае термин «тревога» используется для описания эмоционального состояния, связанного с ожиданием неблагоприятного развития событий, возникает в ситуации неопределенной опасности или угрозы, часто обусловлено неосознаваемым источником опасности. Во втором случае тревожность, как свойство личности, характеризуется относительно устойчивой склонностью человека воспринимать угрозу своему «Я» во многих ситуациях и реагировать на них усилением состояния тревоги. Тревожность как личностная черта характеризует прошлый опыт индивида и позволяет прогнозировать характер эмоционального реагирования личности в будущем (Н.Д.Левитов, В.М.Астапов, Б.А.Вяткин, А.М.Прихожан, Ю.Л.Ханин, Дж.Тейлор, Ч.Д.Спилбергер).

В рамках системного подхода тревожность рассматривается с позиций проявления ее на всех уровнях жизнедеятельности человека (физиологическом, психологическом, социально-психологическом) и определяется как сложный процесс, включающий три компонента: когнитивный, эмоциональный, поведенческий. Актуализация отдельных компонентов обусловлена напряженностью взаимодействия субъекта с характеристиками среды: находясь в неравновесном состоянии, субъект проявляет те качества, которые в большей степени его характеризуют (В.М.Астапов, А.О.Прохоров, А.М.Прихожан).

Ученые считают тревожность многофункциональным явлением и называют следующие функции: функция предвосхищения, предсказания того или иного вида опасности и сигнализации об этом индивиду; приспособительная функция; функция поиска и обнаружения источников угрозы; функция оценки сложившейся ситуации, приводящая к актуализации приспособительных действий

и защитных механизмов с целью устранения источника опасности; функция минимизации дискомфорта (В.М.Астапов, В.Н.Петровский, Ч.Д.Спилбергер).

Во втором параграфе анализируются социально-психологические факторы тревожности. Тревожность, как любое психическое состояние, вызывается внешней ситуацией и условиями внутренней среды. К внутренним условиям относятся личностные особенности (характер, чувства, способности, психические процессы, система навыков, привычек, знаний, индивидуальный опыт, особенности природно-биологической организации). К внешним факторам относится ситуация, под которой понимается совокупность событий, условий, обстоятельств, оказывающих стимулирующее, обуславливающее и корректирующее воздействие на субъект, а также значимость объективных условий для индивида, их личностный смысл, место индивида в системе общественных отношений, (Н.Д.Левитов, А.О.Прохоров, Р.Х.Шакуров, М.П.Архипова).

В теоретических концепциях ученых тревожность рассматривается как результат интериоризированных неблагоприятных социальных отношений. Среди них особо выделяется отношение матери к младенцу на самых ранних этапах онтогенеза, отношение к ребенку сверстников и учителей в годы обучения в школе (Г.Салливан, К.Хорни, В.М.Астапов, А.И.Захаров, В.Р.Кисловская, А.М.Прихожан и другие). По мнению психологов, определенный тип семейных взаимоотношений, стиль воспитания, отрыв от семьи (даже временный), невозможность соответствовать ожиданиям семьи, непринятие семьей, детским коллективом, педагогом, перемена места жительства могут вызывать тревогу в детском возрасте.

В качестве существенного фактора, влияющего на возникновение тревожности, выступают отношения и с другими значимыми людьми, например, опыт отношений «учитель - ребенок - сверстник» во время обучения в школе. Эмоциональное неблагополучие наблюдается у тех учеников, у которых не сложились взаимоотношения со сверстниками в классе, по каким-то причинам они оказались непризнанными в коллективе. Тревога и беспокойство, вызванные плохим положением в группе, заставляя их сосредоточить внимание на себе, на своих переживаниях, чувствовать себя «ниже» других (И.В. Дубровина, И.А.Карпюк, В.Р.Кисловская, Я.Л. Коломинский, Н.А.Березовин, А.Е.Ольшанникова, Л.С.Славина).

В психологии определяется взаимосвязь тревожности с самооценкой, самосознанием, уровнем притязаний. В основном, подтверждается соответствие высокого уровня тревожности и низкой самооценки, а источником тревоги является разрыв между «Я-реальным» и «Я-идеальным», создающим неадекватную заниженную самооценку и ощущение дезинтеграции, опыт неудач еще больше подкрепляет негативное отношение к собственной личности и усиливает тревожность. В исследовании уровня притязаний у подростков обнаружено, что отрицательное эмоциональное состояние в виде беспокойства, страха, агрессии вызывается неудовлетворением их притязаний на успех. (М.С.Неймарк).

В третьем параграфе рассматривается тревожность в подростковом и юношеском возрасте. В подростковом возрасте (к 15 годам) тревожность становится устойчивым личностным образованием, приобретает форму глубинной тревоги, в наименьшей степени поддающейся преодолению (А.М.Прихожан). Для подросткового возраста характерны перепады сосудистого и мышечного тонуса, которые, в свою очередь, вызывают быструю смену настроения и делают эмоциональный фон неровным, нестабильным.

Для ранней юности характерно формирование способности к самоконтролю и саморегуляции, благодаря чему, юность – более сдержанный и устойчивый в эмоциональном отношении возраст, чем подростковый. В научной литературе юношеский возраст рассматривается с учетом социальной ситуации развития, с позиции профессионального самоопределения и обучения в профессиональных учебных заведениях. Студенческая пора характеризуется сменой ведущей деятельности, изменением социального статуса молодых людей, вхождением их в новую социальную роль. Некоторые ученые (Д.Ю.Андряшин, Н.А.Березовин., А.А.Газеев, Л.И.Морозова, П.Н.Осипов, М.-И.Педаяс, В.В.Плотников) связывают актуализацию тревожности в студенческие годы с субъективными трудностями начального этапа профессионального образования.

А.С.Гормин на примере учащихся инновационного учебного заведения указывает на социо-культурные и регламентационные ограничители самовыражения личности как факторы формирования тревоги. Под этими ограничителями им понимаются правила, законы, распоряжения и требования, сложившиеся в систему учебно-воспитательной работы, характерные для конкретного учебного заведения, за соблюдением которой следят как преподаватели, так и учащиеся, принявшие ее как норму общественной жизни.

В подростковом возрасте формированию тревожности может способствовать общение с родителями. Основная проблема общения подростков с родителями – это проблема борьбы ребенка за право иметь собственное мнение, собственный вкус, собственные интересы и склонности. Исследования под руководством И.В.Дубровиной говорят о том, что тип общения со взрослыми может затруднять или способствовать реализации потребности в общении и оказывать определенное влияние на тревожность. Доверительный тип общения с родителями связан с проявлениями пониженной тревожности, а регламентированный – с повышенной.

Вторая глава «Экспериментальное исследование взаимосвязи тревожности и социально-психологических характеристик личности» описывает результаты, полученные в ходе экспериментального исследования.

В первом параграфе описываются методики исследования. Во втором проведен анализ типичных состояний студентов в учебно-педагогической деятельности. В исследовании выявлено, что одним из факторов, формирующих тревогу, является ситуация проверки домашнего задания, в ряде случаев тревога возникает даже в случае хорошей домашней подготовки. В учебной деятельности иногда относительно нейтральные ситуации воспринимаются как содержащие угрозу самооценке и переживаются состояниями волнения, тревоги, страха. Такое возможно, если студенты не уверены в себе, своих знаниях и боятся, что учитель поставит плохую оценку. Важно заметить, что тревожность наблюдается, как у хорошо, так и у средне и слабо успевающих учащихся. Успевающие студенты стремятся сохранить благожелательное мнение о себе, и это порождает тревожность, а студенты с низкой успеваемостью испытывают чрезмерную нагрузку, у них нет уверенности в своих знаниях, что также является источником повышенной тревожности.

Одним из условий формирования тревоги в процессе профессиональной подготовки является стиль работы преподавателя. Среди факторов, провоцирующих напряжение, нервозность, тревожность, студенты называют: несправедливые замечания учителя, когда он не понял ситуацию и поведение студента в ней; унизительные замечания, особенно при посторонних и значимых людях; несправедливая (по мнению студента) оценка знаний на уроке; неожиданные

вопросы учителя; реплики и оценки, порицание, неосторожные замечания. Студенты испытывают страх, нервность, когда выполняют индивидуальные задания и выступают с ними публично, так как большинство из них не имеет опыта выступления перед аудиторией. Как правило, ситуативная тревога, возникающая на уроке, длится недолго - на протяжении ответа, а во время контрольной проверки знаний - на протяжении одного урока.

В период зачетно-экзаменационной сессии студенты испытывают как положительные, так и отрицательные состояния, при этом отрицательные состояния возникают перед сдачей зачета или экзамена, а положительные - после, но при условии успешной сдачи зачета или экзамена. Самые упоминаемые отрицательные состояния - страх, беспокойство, боязнь, волнение, испуг, тревога, их называют 90,3% студентов. В некоторых случаях такое состояние, как страх сочетается с другими состояниями (страх и беспокойство, страх и волнение, страх и нервность, страх и неуверенность и т.д.), но в иных случаях эти состояния называются как самостоятельные.

Главной причиной возникновения негативных состояний студенты называют сомнение в своих знаниях, их беспокоит исход экзамена. Студенты усваивают учебный материал, тщательно готовятся к экзамену, но сама ситуация ответа является для них стрессогенной. Тревога студентов в данном случае связана с чувством собственной несостоятельности.

Отличие переживания названных состояний на уроке и во время экзаменационной сессии заключается в следующем. Если на уроке в возникновении психических состояний большую роль играют внешние обстоятельства (например, стиль преподавания учителя, боязнь насмешек сокурсников), то в возникновении психических состояний в ситуации экзамена этот фактор не имеет большого значения, основным фактором являются собственные знания и ответ на экзамене. Негативные состояния усиливаются с приближением срока сдачи экзамена или зачета, кульминацией является непосредственный ответ перед учителем. Устная форма проведения экзамена или зачета вызывает более глубокое переживание, чем письменная. На студентов сильно влияет ожидание того момента, когда им предстоит зайти в учебную аудиторию, где проводится экзамен. При письменной форме проведения зачета или экзамена студенты переживают негативное состояние меньшей интенсивности, но длится такое состояние значительно дольше, так как результаты письменного экзамена становятся известными только через несколько дней.

В состоянии тревоги у многих студентов появляется дрожь в коленках, руках, у некоторых начинают болеть голова, живот, изменяется пигментация кожи, обнаруживается нарушение функций некоторых органов и систем. Так, часть студентов отмечают отсутствие аппетита, бессонницу, учащение сердцебиения. Непосредственно во время ответа на вопросы экзаменационного билета негативные состояния изменяют голос и речь. Поведенческие проявления тревожности могут заключаться в общей дезорганизации деятельности, нарушающей ее направленность и продуктивность: у студентов снижается внимание, они не могут сосредоточиться на вопросах билета или на ответе, часть студентов отмечают ухудшение памяти. Двигательная активность проявляется по-разному: у некоторых испытуемых снижается активность, другие, наоборот, постоянно пребывают в движении.

Во время прохождения педагогической практики студенты испытывают иные психические состояния. Главное отличие заключается в том, что на уроках и в период экзаменационной сессии преобладают негативные состояния, а в

процессе выполнения практической деятельности у студентов значительно чаще возникают позитивные состояния. Среди них студенты называют вдохновение, удовольствие, интерес, увлечение, в основе которых лежит любовь к детям и желание общаться с ними.

Среди негативных состояний, возникающих во время прохождения практики, наиболее часто студенты также называли страх в сочетании с другими состояниями (волнение, испуг, нервозность, нерешительность, робость). В некоторых случаях страх имел реальный источник: студенты боялись начать урок с детьми, общения с целым классом; возникал также страх перед методистом, присутствующим на уроке. Но в большинстве случаев студенты подразумевали под «страхом» состояние тревожности. В отличие от страха, тревога - состояние неприятного предчувствия без видимой причины. В этом смысле она не дифференцирована, относительно «безобъектная», неадекватная наличной ситуации. Студенты имеют такое состояние в предчувствии потенциальной угрозы: они опасаются, что дети могут спросить о том, чего они не знают или того, что их урок будет неинтересным. Тревожные переживания вызываются ситуацией оценки их деятельности, возможным несоответствием личных ожиданий с оценкой сокурсников, реакцией методистов.

В целом, анализируя ответы студентов, можно сказать, что тревога оказывает регулирующее влияние на их поведение в процессе учебно-педагогической и практической деятельности. В состоянии повышенной тревоги студенты становятся более исполнительными. Стремясь получить высокие результаты, ожидаемую оценку своей деятельности, они работают на пределе своих сил и энергии, что приводит к субъективным ощущениям дискомфорта (к головным болям, нарушению сна, сердцебиению, болям в желудке и др.). Это связано с тем, что ситуации учебной деятельности и педагогической практики оцениваются студентами как значимые, имеют личностный смысл и обращены к оценке собственной личности.

В следующем параграфе раскрываются результаты той части исследования, где изучались особенности проявления тревожности учащихся разных образовательных систем. Для этого мы выделили и сопоставили следующие группы испытуемых: группа студентов 1 и 2 курсов педагогических учебных заведений (гр.1) сравнивалась с группой старшеклассников (гр.2), группа студентов 3 и 4 курсов педагогических учебных заведений (гр.3) сравнивалась с группой студентов вузов (гр.4) (Табл. 1).

Таблица 1

Средние показатели тревожности (в баллах) учащихся учебных заведений разного профиля

	БТ	СТ	ЛТ
	сред. знач.	сред.знач.	сред. знач.
Группа 1	23,85 б.	41,80 б.	45,52 б.
Группа 2	23,43 б.	39,49 б.	44,67 б.
Группа 3	20,16 б.	40,77 б.	43,56 б.
Группа 4	20,31 б.	39,23 б.	42,87 б.

Примечание: группа 1 - студенты 1 и 2 курсов педагогических учебных заведений; группа 2 - учащиеся - старшеклассники; группа 3 - студенты 3 и 4 курсов педагогических учебных заведений; группа 4 - студенты вузов.

Имеются статистически значимые отличия по параметрам «Ситуативная тревожность» и «Личностная тревожность». Параметр «Личностная тревожность» выше у студентов 1 группы по сравнению с группой 2 на уровне $P < 0,01$ ($t = 2,07$). Параметр «Ситуативная тревожность» выше у студентов 1 группы по сравнению с группой 2 на уровне $P < 0,001$ ($t = 5,78$), и у студентов 3 группы по сравнению с 4 группой на уровне $P < 0,001$ ($t = 4,16$).

Мы можем сделать вывод, что студенты педагогических учебных заведений реагируют на тревожащую ситуацию более эмоционально, учащиеся других учебных заведений склонны проявлять ситуативную тревожность в меньшей степени. Это связано с особенностями педагогической деятельности и с профессиональным становлением молодежи. Во-первых, во второй и четвертой группах испытуемых (группа учащихся старших классов и группа студентов 1 курса вузов) вопрос профессионального становления не актуализирован, так как в эту группу вошли старшеклассники, которые еще на данном этапе своей жизни не приобщаются к будущей профессии, и студенты 1, 2 курсов высших учебных заведений, которые пока не испытали себя на производственной практике. В педагогических учебных заведениях в соответствии с учебным планом производственная практика, начинается уже на первом курсе, поэтому студенты смогли оценить себя на практике. Не всегда ожидание оценки своей практической деятельности совпадает с оценкой окружающих, что приводит к усилению тревоги.

Во-вторых, педагогическая деятельность характеризуется высокими эмоциональными перегрузками, ее отличает высокий динамизм, необходимость быстрого принятия решений, подверженность социальной оценке. Некоторые ученые (Р.Х.Шакуров, Н.П.Аникеева, А.К.Маркова, Л.М.Митина) считают труд учителя в высокой степени, так как на уроке от учителя требуется постоянная собранность, быстрота реакции, владение множеством способов и приемов воздействия на учащихся, что вызывает частую смену психических состояний. Такая специфическая особенность педагогической деятельности не может не повышать тревожность студентов педагогических учебных заведений.

Далее выявлялись выраженность тревожности у студентов педагогических учебных заведений разного возраста (Табл.2). В исследовании выяснилось, что показатели тревожности выше в группе студентов 1-2 курсов в сопоставлении с группой студентов 3-4 курсов, анализ результатов при помощи методов математической статистики показал достоверный уровень значимости показателей БТ ($P < 0,001$) и ЛТ ($P < 0,05$).

Таблица 2

Средние показатели тревожности студентов педагогических ССУЗ

	БТ	СТ	ЛТ
	среднее значение	среднее значение	среднее значение
Гр.1	23,85	41,80	45,52
Гр.2.	20,16	40,77	43,56

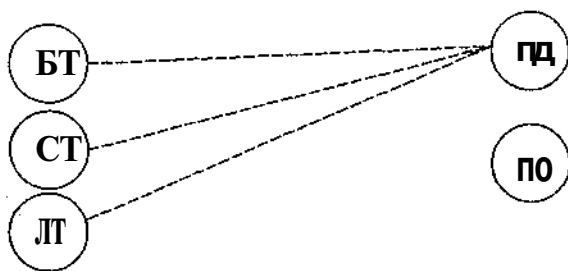
Примечание: гр. 1 - студенты старшего подросткового возраста (1 и 2 курс), гр. 2 - студенты юношеского возраста (3 и 4 курс).

На эмоциональный мир подростков действуют социально-психологические факторы, связанные с профессиональным самоопределением. На стадии профессионального образования многие студенты переживают кризис, связанный с разочарованием в получаемой профессии, у студентов-первокурсников

появляется сомнение в правильности профессионального выбора. В ходе адаптации значительная часть учащихся сталкивается с затруднениями, особенно при усвоении учебного процесса и установлении межличностных отношений в учебной группе. Все эти факторы способствуют формированию и закреплению тревожного состояния. На старших курсах профессиональная направленность учебных дисциплин снижает неудовлетворенность будущей профессией, студенты находят интерес в выполнении деятельности, и данная ситуация актуализирует появление позитивных психических состояний и снижение негативных.

В четвертом параграфе рассмотрены взаимосвязи тревожности с социально-психологическими характеристиками личности. Было определено, как связаны исследуемые параметры тревожности («беспокойство-тревожность» (БТ), «ситуативная тревожность» (СТ), «личностная тревожность» (ЛТ)) с потребностью в достижениях, потребностью в общении, самооценкой, самокритикой, коммуникативными и организаторскими склонностями среди студентов педагогических учебных заведений.

В целом по выборке потребность в достижениях имеет обратные корреляционные связи с БТ ($P < 0,01$; $r = -0,154$), СТ ($P < 0,001$; $r = -0,193$), ЛТ ($P < 0,01$; $r = -0,162$); потребность в общении не имеет корреляционных связей с показателями тревожности (Рис.1).



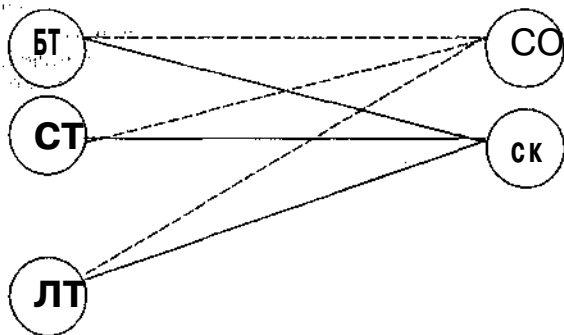
Примечание: ————— обратные корреляционные связи

Рис. 1. Корреляционные связи между тревожностью и потребностью в достижениях и общении

В теоретической части нашего исследования было отмечено, что учебная деятельность и начальные этапы профессионализации являются источником повышенной напряженности, и в напряженных условиях высокотревожные индивиды неуверенны в себе, работают хуже и показывают более низкие результаты. Для них характерно подробное планирование деятельности, повышенный контроль над ней, а также заниженный уровень притязаний, у них преобладают мотивы избегания неприятностей, их отличительной чертой является боязнь неудачи. У низкотревожных людей преобладают мотивы достижения успехов, что объясняет обратные корреляции между тревожностью и потребностью в достижениях.

В целом по выборке обнаружили достоверные (на уровне значимости $P < 0,001$) корреляционные связи показателей самооценки (СО) с показателями тревожности: СО - БТ ($r = -0,272$), СО - СТ ($r = -0,202$), СО - ЛТ ($r = -0,271$); и самокритики (СК) с показателями тревожности: СК - БТ ($r = 0,278$), СК - СТ ($r = 0,211$), СК - ЛТ ($r = 0,244$) (Рис.2). Выявленные корреляционные связи позволяют говорить, что по уровню тревожности испытуемые с низкой само-

оценкой и высокой самокритичностью превосходят испытуемых с более высокой самооценкой и низкой самокритикой.



Примечание: ----- обратные корреляционные связи
 ————— прямые корреляционные связи

Рис. 2. Корреляционные связи между тревожностью, самооценкой и самокритикой в группе студентов педагогических учебных заведений

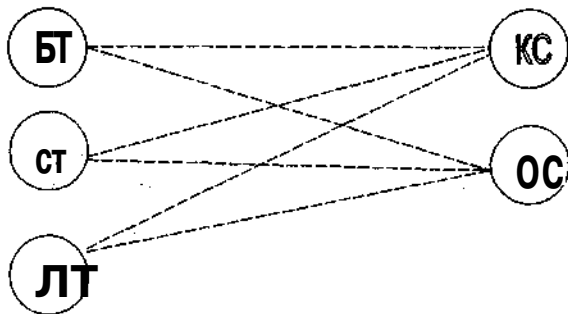
Подростки с заниженным самоуважением, особенно ранимы ко всему, что как-то затрагивает их самооценку, они болезненно реагируют на критику, порицание, не выносят шуток над собой, их очень беспокоит мнение окружающих о себе, у них создается пониженный эмоциональный фон. У таких студентов наблюдается излишняя робость, они испытывают трудности в установлении контактов с людьми. Подростки и юноши, у которых низкое самоуважение, преувеличенное критическое отношение к себе, обычно склонны к невротизму, тревожности и страхам.

На следующем этапе исследования мы выявили взаимосвязь тревожности с показателями сферы общения. В педагогической деятельности общение становится функциональной категорией. Оно не просто включено в профессиональную деятельность как одна из функций учителя, а выступает как универсальная форма самой этой деятельности, как ее орудие и средство. Поэтому формирование коммуникативных навыков для студентов педагогических учебных заведений - необходимый элемент профессионального становления студентов. Сравнивая средние показатели студентов по методике КОС («коммуникативные и организаторские склонности») в разных возрастных группах при помощи t -критерия Стьюдента, мы нашли, что коммуникативные склонности выше у студентов старших курсов на уровне статистической значимости $P < 0.01$ ($t = 3.05$); а организаторские склонности у них выше на уровне статистической значимости $P < 0.001$ ($t = 5.21$).

Студенты старших курсов имеют большой круг общения (со сверстниками, с преподавателями, с администрацией учебного заведения, с учителями школ, с детьми во время прохождения производственной практики), поэтому у них актуализирована коммуникативная сфера и, следовательно, выше уровень коммуникативных и организаторских склонностей.

Далее было рассмотрено, как связаны между собой параметры тревожности (БТ, СТ, ЛТ) с коммуникативными (КС) и организаторскими склонностями (ОС) во всех исследуемых группах и в целом по выборке. Выяснилось, что в

целом по выборке (349 чел.) и в группах студентов разного возраста параметры «коммуникативные склонности» и «организаторские склонности» имеют обратные связи со всеми параметрами тревожности (БТ, СТ, ЛТ) на высоком уровне значимости ($P < 0.001$). Только в группе студентов 1-2 курса параметр «ситуативная тревожность» связан с коммуникативными склонностями на уровне значимости $P < 0.01$. Полученные связи графически представлены на рис. 3.



Примечание: ----- обратные корреляционные связи

Рис. 3. Корреляционные связи между параметрами тревожности и коммуникативными и организаторскими склонностями

От характера, особенностей, эффективности общения зависит самочувствие, психическое здоровье, продуктивность любой профессиональной деятельности, степень самореализации человека. Благополучие в общении рождает у студентов уверенность. Такой человек чувствует себя нужным, принимаемым другими, а уверенность в себе позволяет юноше или девушке устанавливать человеческие контакты с окружающими в различных жизненных ситуациях. Трудности общения, напряженность, коммуникативная дезорганизация могут привести к глубокому психологическому дискомфорту. Корреляционные связи между коммуникативными, организаторскими склонностями и тревожностью свидетельствуют о предрасположенности к переживанию тревоги у учащихся, испытывающих неудачи и чувство внутренней напряженности в общении.

На следующем этапе мы рассмотрели, как связаны показатели тревожности с отдельными личностными характеристиками. Из методики «Самооценка» были отобраны те качества, которые, по мнению студентов, необходимы в процессе общения (заботливость, искренность, нежность, общительность, отзывчивость, тактичность, жизнерадостность, сдержанность) или мешают правильно и гармонично строить взаимоотношения с окружающими (вспыльчивость, грубость, замкнутость, мстительность, несдержанность, равнодушие, завистливость, застенчивость, лживость, нервозность, обидчивость, развязность). Обобщая все корреляционные зависимости между тревожностью и показателями, влияющими на процесс общения, мы пришли к выводу, что у студентов разного возраста они проявляются специфически. Так, только несколько параметров связаны с тревожностью во всех группах испытуемых: «замкнутость», «застенчивость» и «нервозность» имеют прямые связи, а «общительность», «тактичность» и «жизнерадостность» имеют обратные связи на разных уровнях значимости.

Тревожные подростки и юноши чаще проявляют нервозность, менее оптимистичны, испытывают трудности общения, вхождения в контакт. Они ощущают себя менее счастливыми и жизнерадостными, держат себя изолированно от других, склонны испытывать застенчивость, замкнутость в отношениях с другими людьми. И наоборот, жизнерадостные, общительные учащиеся обладают менее выраженной тревогой. У испытуемых отсутствует тревожность тогда, когда они довольны, ощущают внутреннее удовлетворение, свободны от напряжения, жизнерадостные студенты имеют больше тесных контактов с окружающими, т.е. положительные психические состояния оказывают благотворное влияние на процесс общения.

Такие параметры, как «грубость», «равнодушие», «обидчивость», «сдержанность», «отзывчивость» связаны с тревожностью только в группе подросткового возраста. При этом «грубость» и «отзывчивость» имеют обратные корреляционные связи, а «равнодушие», «обидчивость» и «сдержанность» - прямые. Индивиды с высоким уровнем тревожности демонстрируют более низкий уровень агрессии, поскольку имеют тенденцию ожидать социального неодобрения или наказания за подобное поведение.

Параметры «нежность», «завистливость», «лживость» имеют корреляционные связи с показателями тревожности только в группах студентов старших курсов (в группе юношеского возраста). Выше было сказано, что самооценка обусловлена сомнениями в собственной способности эффективно взаимодействовать с другими людьми. Сравнивая себя с окружающими, тревожные студенты часто бывают не уверены в себе, оценивают свои способности недостаточно высоко, испытывают такое негативное чувство, как завистливость, и для того, чтобы сохранить положительный образ «Я» и предостеречь себя от возможной потери уважения со стороны близких людей, прибегают ко лжи.

На последнем этапе экспериментального исследования мы должны установить взаимосвязь тревожности с показателями социометрической методики. В целом по выборке из возможных двенадцати корреляционных связей на статистически значимом уровне выявлено только три: параметр «Ситуативная тревожность» имеет отрицательную связь с показателями «Количество отклонений, сделанных каждым участником группы» ($P < 0.05$) и «Количество выборов, полученных от других участников группы» ($P < 0.05$), параметр «Личностная тревожность» имеет прямую корреляционную связь с показателем «Количество отклонений, сделанных каждым участником группы» ($P < 0.01$). Между другими показателями связи на статистически значимом уровне не выявлены. Незначительное количество статистически значимых корреляционных связей выявлено и в отдельных исследуемых группах.

Полученные результаты позволили нам сформулировать выводы.

В ы в о д ы

1. Актуализация тревожности студентов педагогических учебных заведений среднего звена обусловлена социально-психологическими факторами, которые имеют разный удельный вес в различных ситуациях учебно-практической деятельности. К ним относятся особенности учебной деятельности в ССУЗ и сложности процесса адаптации к условиям обучения в средних профессиональных учебных заведениях, стиль общения преподавателей со студентами, специфика педагогической деятельности, ее социальный контроль. Детерминантой тревожности могут стать личностные особенности: личностный смысл, который приобретает для студентов непосредственная учебная дея-

тельность; неуверенность в ситуациях учебной деятельности, в частности, при ответе на зачетах экзаменах; социально-психологические качества личности, такие, как потребность в достижениях, самооценка и коммуникативная сфера.

2. Процесс профессиональной подготовки влияет на тревожность. Студенты педагогических учебных заведений имеют более высокий уровень ситуативной тревожности по сравнению со студентами других учебных заведений, это связано с эмоциональной насыщенностью и напряженностью педагогической деятельности, с ее выраженным социальным и межличностным характером, с подверженностью социальному контролю.

3. Студенты старших курсов педагогических ССУЗ имеют более низкий уровень тревожности. Это связано с адаптацией к условиям обучения и с приобретением профессиональных навыков. У студентов-старшекурсников, во-первых, преодолевается кризис, связанный с профессиональным выбором и процессом адаптации, во-вторых, накапливаются умения и навыки, придающие уверенность в учебной и практической деятельности.

4. В процессе профессионального становления студентов педагогических учебных заведений среднего звена проявляются такие их личностные свойства, как потребность в достижениях, самооценка, самокритика, коммуникативные и организаторские склонности, которые по-разному связаны с тревожностью. Потребность в достижениях у старшекурсников выражена сильнее, чем у студентов младших курсов, в то же время она имеет обратные корреляционные связи с тревожностью. Таким образом, снижение тревожности у старшекурсников позволяет им приобретать уверенность в своих силах и ставить перед собой все более сложные цели.

5. Наличие обратных корреляционных связей между коммуникативными, организаторскими склонностями и тревожностью показывает, что учащиеся, имеющие коммуникативные барьеры, затруднения, испытывают переживание тревоги, дискомфорт и напряжение. Но в процессе овладения профессиональной деятельностью у будущих педагогов формируются и развиваются навыки гармоничного общения, у студентов старших курсов отмечается более высокий уровень коммуникативных и организаторских склонностей.

6. Студенты с низкой самооценкой и высокой самокритичностью превосходят по уровню тревожности студентов с более высокой самооценкой и низкой самокритикой. В то же время, если уровень самооценки сохраняется примерно на одинаковом уровне, потребность в успехе повышается, о чем свидетельствует более высокий уровень потребности в достижениях, а тревожность снижается, можно говорить о формировании у старшекурсников более реалистичного и адекватного образа «Я».

На основании полученных выводов разработаны рекомендации, направленные на оптимизацию тревожности.

По теме диссертационного исследования соискателем опубликованы следующие работы:

1. Гредюшко О.П. Взаимосвязь общения и психических состояний в подростковом и юношеском возрасте //Материалы научно-практической конференции за 2000г. - Казань: Изд-во ТГГИ, 2001. - С. 107 - 109.
2. Гредюшко О.П. Значение навыков саморегуляции в учебно-педагогической деятельности //Мозг, образование, общество. - Казань, 1998 - С.25 - 26.
3. Гредюшко О.П. Значение оптимизации психических состояний в учебно-педагогическом процессе //Ученые записки. - №9. - 2001. - С.83 - 86.

4. Гредюшко О.П. Изучение тревожности студентов средних профессиональных учебных заведений //Социальная трансформация и актуальные проблемы современного образования. Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 10-летию ТАРИ. - Казань: ЗАО Новое знание, 2002. - С.133 - 134.
5. Гредюшко О.П. Исследование личности студентов педагогических училищ как психологическая проблема //Гуманитарная парадигма профессионального образования: Тезисы докладов Всероссийской Научно-практической конференции. - Казань, 1998. - С.232 - 233.
6. Гредюшко О.П. Коммуникативные умения как способ регуляции психических состояний в процессе профессиональной подготовки //Проблемы мониторинга качества образования. - Казань, 1999. - С.45 — 46.
7. Гредюшко О.П. Некоторые психологические особенности личности юношеского возраста //Гуманитарные науки: проблемы и аспекты изучения. Материалы итоговой конференции ТГГИ. - Казань, 1997. - С.201 -208.
8. Гредюшко О.П. Отражение человеческого общения в культуре докапиталистического периода//Проблемы истории, культуры и развития языков народов Татарстана и Волго-Уральского региона: Материалы V Региональной научно-практической конференции молодых ученых и специалистов, посвященной X-летию ТГГИ /Под ред. А.А.Бурханова. - Казань: Gumanitarya (Изд-во ТГГИ), 2002. - С.322 - 327.
9. Гредюшко О.П. Профессиональная подготовка учителей в современных условиях //Материалы итоговой научно-практической конференции за 2001 год. - Казань: Изд-во ТГГИ, 2002. - С.6 - 8.
- 10.Гредюшко О.П. Психические состояния в подростковом и юношеском возрасте //Ученые записки. - 2002. - №10. — С.119— 122.
- 11.Гредюшко О.П. Психические состояния в подростковом и юношеском возрасте //Социальная трансформация и актуальные проблемы современного образования. Материалы международной научно-практической конференции, посвященной 10-летию ТАРИ. - Казань: ЗАО Новое знание, 2002. - С.135- 138.
- 12.Гредюшко О.П. Современные требования к профессиональной подготовке будущих учителей //ССУЗ в системе непрерывного профессионального образования: проблемы и перспективы развития. - Казань: Форт-Диалог, 2000. - С. 19 - 20.
- 13.Гредюшко О.П. Социально-психологические факторы тревожности в процессе профессиональной подготовки //Национально-региональный компонент стандарта профессионального образования в условиях национальной республики. - Казань, 2002. - С.61 - 65.
- 14.Гредюшко О.П. Социально-психологические факторы тревожности в студенческом возрасте //Материалы итоговой научно-практической конференции за 2002 год. - Казань: Gumanitarya (Изд-во ТГГИ), 2003. - С. 170 - 172.
- 15.Гредюшко О.П. Функциональная музыка как средство регуляции психических состояний //Аспекты гуманитарных исследований. - Казань: Изд-во ТГГИ, 1998.-С.273-278.

О. Гредюшко -